



7月献立表

は手作りおやつ, 下線部は前歯がぶり, 水色は新メニュー

日	曜	午前おやつ (3歳未満児)	昼食	午後おやつ
01	火	牛乳・ウエハース	魚のトマトソテー, カミカミサラダ, 南瓜のクリームスープ	麦茶, ★半夏生うどん
02	水	牛乳・クラッカー	チキン南蛮, りっちゃんサラダ, きのことスープ	牛乳, かりんとう
03	木	牛乳・ポーロ	炒り豆腐, きゅうりの梅マヨサラダ, 冬瓜の味噌汁	牛乳, ★牛乳かん
04	金	牛乳・ビスケット	鮭と長芋のグラタン, コールスローサラダ, ポトフ	牛乳, ★野菜スティック, クラッカー
05	土	牛乳・おせんべい	ミートスパゲティー, ほうれん草のスープ, オレンジ	牛乳, お菓子
07	月	牛乳・丸ぼうろ	夏野菜カレー, 切干大根のサラダ, スイカ	牛乳, ★七夕ゼリー, おせんべい
08	火	牛乳・コーンフレーク	魚のみかん焼き, ポテトサラダ, そうめん汁	麦茶, ★冷や汁
09	水	牛乳・じゃこ・おかき	アスパラの肉巻き, なめたけ和え, コーンと卵のスープ	牛乳, 甘酒まんじゅう
10	木	牛乳・ビスコ	マーボー豆腐, モロヘイヤのねばねば和え, なす味噌汁	牛乳, ★コーン蒸しパン
11	金	牛乳・ウエハース	魚の南蛮漬け, ひじきサラダ, ふの味噌汁	牛乳, ★スイートポテト
12	土	牛乳・クラッカー	チキンドリア, チンゲン菜のスープ, メロン	牛乳, お菓子
14	月	牛乳・ビスケット	そばろにやく井, 鶏レバーのケチャップ煮, 果物ゼリー	牛乳, ハニーパン
15	火	牛乳・ポーロ	魚の梅煮, じゃこ豆サラダ, オクラの味噌汁	牛乳, ★ふんわり芋もち
16	水	牛乳・おせんべい	カミカミハンバーグ, 海藻サラダ, トマトポタージュ	麦茶, ★フルーツヨーグルト
17	木	牛乳・丸ぼうろ	ピクニックの日(お弁当)	ジョア, おせんべい, クッキー
18	金	牛乳・じゃこ・おかき	厚揚げのみそ炒め, バンサンスー, 和風ミネストローネ	牛乳, ★パンプキンドーナツ
19	土	牛乳・コーンフレーク	焼きうどん, 小松菜のスープ, スイカ	牛乳, お菓子
21	月	***	海の日	***
22	火	牛乳・ビスコ	豆腐シチュー, きゅうりとわかめの酢物, メロン	麦茶, ★梅ちりおにぎり
23	水	牛乳・ポーロ	タンドリーチキン, ポパイサラダ, 豆乳スープ	牛乳, 強化ウエハース, 冷凍みかん
24	木	牛乳・クラッカー	チリコンカン, ズッキーニのソテー, ほうれん草のスープ	牛乳, ★納豆ぎょうざせんべい
25	金	牛乳・ウエハース	魚のピザ風焼き, 冬瓜のそばろ煮, トマト味噌汁	牛乳, ★手作りメロンパン
26	土	牛乳・ビスケット	ねばねばそうめん, バナナ	牛乳, お菓子
28	月	牛乳・丸ぼうろ	八宝菜, レバニラ炒め, 果物ゼリー	牛乳, ★ブロッコリーとチーズおやき
29	火	牛乳・ポーロ	魚のカツレツ, ツナサラダ, ピーマンと卵のスープ	麦茶, コアヨーグルト, バナナ
30	水	牛乳・おせんべい	挽肉と春雨の旨煮, トマトサラダ, わかめのスープ	牛乳, ★パインケーキ
31	木	牛乳・コーンフレーク	ゴーヤチャンプル, 人参サラダ, さつま芋味噌汁	牛乳, ★チーズまんじゅう

※食材の都合で内容を変更することがあります
※0歳児は月齢と個人に応じた離乳食を準備します

旬の食材

きゅうり、ズッキーニ、とうもろこし、
トマト、ピーマン、長芋、アジ、かれい

◆絵本給食

7月2日(水)のりっちゃんサラダは「サラダでげんき」という絵本に登場する食べると元気もりもりになるサラダです。

